Volume 7 Issue 3 (2023) Pages 3314-3322
Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
ISSN: 2549-8959 (Online) 2356-1327 (Print)

Penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Berbasis Layanan Holistik Integratif

Khairunnisa Ulfadhilah✉
Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

Abstrak
Peneliti mengkaji banyak ayah ibu yang masih tidak memahami pentingnya untuk menjaga kebugaran serta kebersihan sehingga peneliti melakukan riset sejauh mana kesadaran ayah ibu membentuk pola hidup bersih, sehat dengan pelayanan holistik integratif maupun pendidik memiliki tantangan untuk mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari anak. Membentuk anak untuk mengubah kebiasaannya sejak kecil memang sulit, meski ada hubungan kerjasama antar pendidik dengan ayah ibu sehingga dapat mengkaji, dan membentuk kesadaran anak diberi makan bergizi, hidup sehat, 5 pelayanan holistik integratif, dan pentingnya dilaksanakan di lembaga PAUD. Metode kualitatif deskriptif dipakai riset ini. Teknik pengumpulan data adalah menggunakan; analisa perencanaan, menerapkan pada saat anak disekolah dan dirumah anak mampu menjaga kebersihan, asupan nutrisi yang terkecupi dengan baik untuk menjaga imun anak, dan menunjang tumbuh kembang anak sejak dini. Menggunakan hasil penelitian, menerapkannya sehingga dapat menjaga kebersihan, penerimaan yang sehat untuk mengimbangi kekebalan anak, dan mendukung perkembangan dan kemajuan anak sejak awal.
Kata Kunci: *perilaku hidup bersih sehat; holistik integratif; ayah ibu; anak usia dini.*

Abstract
Researchers are examining the extent to which parents' awareness contributes to a clean, healthy life style with integrative holistic services and the difficulties educators face in implementing it in children's day-to-day lives. Numerous fathers and mothers do not yet comprehend the significance of ensuring that their children's health and hygiene are maintained throughout their early years. Even though there is a cooperative relationship between educators and parents so that they can study and are aware that children should be given nutritious food, healthy living, five holistic integrative services, and the importance of implementing them in PAUD institutions, it is indeed difficult to get children to change their habits from a young age. Enlightening subjective strategy utilized in this exploration. The following methods are used to gather data: planning, analyzing, and carrying out When children are at home and in school, they are able to maintain cleanliness, consume nutritious food to support their immunity and early growth and development. Healthy acceptance will be very kissable to balance the children immunity, support, implement exams in a manner that maintains cleanliness using research results. from the very beginning.
Keywords: *clean healthy behavior; integrative holistic; parents; early childhood*

Copyright (c) Khairunnisa Ulfadhilah

✉ Corresponding author : Khairunnisa Ulfadhilah
Email Address : 19204030052@student.uin-suka.ac.id (Yogyakarta, Indonesia)
Received 31 march 2023, Accepted 18 June 2023, Published 18 June 2023

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

Pendahuluan

Menjaga kebersihan, dan kebugaran sangat penting dijaga sehingga imun tetap stabil. Anak usia dini perlu diajarkan sedini mungkin oleh orang tua maupun guru dengan menanamkan hal terkecil seperti mencuci tangan, mengganti pakaian jika sudah kotor, dan mandi minimal sehari 2 kali (Afrinis et al., 2020). Orang tua mampu mencontohkan ketika dirumah pola hidup bersih dan sehat, dan menjadikan suatu pembiasaan maka anak akan melihat kemudian akan mencontohkan yang telah ayah ibu lakukan dapat mencontohnya dari segi aktivitas nya, dan sudah diajarkan perilaku hidup bersih sehat akan mengerti sendiri seperti contoh kecil membiasakan mencuci tangan sebelum maupun sesudah makan. Selain itu, menjaga kebersihan sebagian dari iman maka sangat penting ditanamkan sejak usia dini sehingga anak mampu menerapkan dengan baik saat disekolah maupun dirumah (Abdullah et al., 2022).

Kebersihan yang diterapkan pada anak usia dini yakni pakaian, seluruh anggota badan, dan yang dikenakan anak harus bersih dari kotoran. Ajarkan anak untuk melakukan aktivitas mencuci tangan ataupun menggunakan hand sanitaizer yang aman bagi anak usia dini agar terhindar dari kuman yang akan menyebabkan penyakit datang (Santoso et al., 2021). Menjaga kedisplinan pada anak sejak dini sangat penting diterapkan oleh guru maupun orang tua agar anak belajar tanggung jawab jika sudah bermain membersihkan tangan menggunakan air mengalir (Utami & Prasetyo, 2021). Selain itu, ajarkan anak untuk mengkonsumsi makanan yang sehat tidak terkena lalat, dan makanan maupun minuman ditutupi agar terhindari debu yang akan mencemari makanan, dan minuman.

Hubungan baik yang dijalin oleh guru ke orang tua mampu menjadikan peran utama dalam sukses pola hidup bersih dan sehat layanan holistik integratif. Untuk merubah kebiasaan yang semula tidak memperhatikan pola hidup bersih dan sehat maka pihak lembaga memiliki peran dalam mensosialisasikan pola hidup bersih dan sehat berbasis layanan holistik integratif dengan begitu orang tua akan lebih memperhatikan, dan menerapkan pada anak sejak dini (Ulfah, 2020). Holistik integratif dalam melaksanakan tidak hanya materi saja namun terdapat layanan gizi, kesehatan, pengasuhan, perlindungan. Penyebab satuan PAUD belumlah optimal dalam melaksanakan maupun menerapkan holistik integratif yakni kurang nya guru dalam memahami, kurang nya informasi, dan minimnya dukungan masyarakat dalam layanan yang mengakibatkan sarana dan prasana terbatas (Oktaviani, 2021).

Peran guru dengan orang tua sangat membantu untuk menerapkan menjaga kebersihan adapun peran guru untuk menjaga kebersihan dari segi anggota tubuh maupun menjaga kebersihan dimana saja, dan aktivitas anak ketika di sekolah (Astutiek, 2023). Kemudian peran orang tua sangat berdampak besar hal perilaku hidup bersih sehat dalam isi rumah, makanan, aktivitas anak yang harus menerapkan bersih dan sehat (Ulfadhilah & Munastiwi, 2021).

Asupan nutrisi sangan penting yakni makanan yang bergizi memiliki faktor yang besar maka dari itu orang tua perlu memberikan 4 sehat 5 sempurna pada anak ketika dirumah, dan bekal anak untuk disekolah (Paramashanti & Benita, 2020). Holistik integratif menjadi acuan TKIT Al-Umm Cirebon untuk menerapkan pada anak didik dalam hal 5 layanan yang sudah di jelaskan dari holistik integratif. Para orang tua sebaiknya memberikan bekal makanan serta minum untuk anak konsumsi saat disekolah, makanan sembarangan dan tidak sehat akan berdampak pada kesehatan anak seperti sakit tenggorokan.

Menerapkan pola hidup bersih dari kotoran yang menempel pada anggota badan maupun pakaian yang anak kenakan dengan begitu anak akan terhindari dari kuman ataupun penyakit yang akan menyebabkan kulit anak gatal-gatal, dan merah pada anggota badan ketika pakaian kotor masih dikenakan (Ode et al., 2023). Kemudian menjaga kebersihan ataupun kesehatan pada anak mampu diberikan asupan nutrisi yang cukup oleh tubuh manusia seperti terkecupi dengan baik, melakukan olahraga sehingga badan tidak mudah terkena penyakit sebab metabolisme tubuh yang kuat, dan mengurangi makanan yang

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

berminyak maupun makanan cepat saji (Tabi'in, 2020). Permasalahan saat ini anak-anak sangat menyukai makanan cepat saji seperti ayam goreng yang banyak mengandung msg tidak dianjurkan konsumsi secara rutin maupun berlebihan namun beberapa orang tua belum menyadari jika makanan cepat saji akan berdampak pada kesehatan anak jika dikonsumsi secara terus menerus, dan berlebihan. Ayah ibu dianjurkan memenuhi makanan seimbang pada anak maka akan berdampak sangat baik di stimulasi dengan makanan yang bergizi, dan sehat (Abdullah et al., 2022). Selain itu, berdampak pada otak anak ketika diberikan makanan yang bergizi terkecupi sayuran, buah-buahan, susu, ikan yang sangat menunjang pada tumbuh kembang anak usia dini (Amini, 2020).

Manfaat besar dalam menerapkan holistik integratif ialah mendampingi tumbuh kembang penting dari sosok ataupun peran ayah ibu berpengaruh (Mahyiddin et al., 2023). Dalam hal itu, peran bidan maupun dokter sangat penting untuk berkolaborasi pada saat sekolah untuk mengecek kesehatan anak meliputi gigi anak, berat badan, dan tinggi anak. Ketika sudah di periksa oleh bidan maupun dokter di dampingi oleh guru sehingga mengetahui kesehatan melaporkan pada orang tua, anak sehat, dan tumbuh dengan baik akan cepat tangkap pembelajaran yang diberikan oleh guru (Rahayu & Setiasih, 2022).

Holistik integratif dari segi layanan pendidikan mampu menstimulasi potensi anak, dan aspek perkembangan anak seperti belajar sembari bermain metode yang tepat saat mengajar. Layanan kesehatan gizi perawatan pada anak usia dini penting dilakukan sebab melihat kesehatan tubuh anak, mengawasi asupan anak dengan gizi yang baik, dan dalam hal perawatan pada anak usia dini seperti ketika anak luka langsung sigap memberikan obat merah sehingga tidak infeksi pada kulit anak. Layanan pengasuhan pada anak yakni guru bekerja sama dengan orang tua dalam hal melakukan program parenting yang diadakan lingkungan sekolah. Layanan perlindungan yakni aman pada anak saat di lingkungan sekolah, dan layanan kesejahteraan yaitu keperluan pada anak (Khairunnisa Ulfadhilah, 2021). Holistik integratif memiliki peran penting terpenuhi tumbuh kembang anak sejak dini. Selain itu, perlu dilakukan dengan sistematis sehingga pencapaian anak optimal dengan pendidik bekerja sama dengan ayah ibu untuk sama-sama untuk menjaga kebersihan maupun menjaga kesehatan anak (Jannah & Setiawan, 2022).

Memberikan arahan hal hidup bersih sehat, ketika anak diberikan arahan secara bertahap dan dilakukan setiap hari akan di rekam dengan baik oleh anak yang mana dalam masa *golden age* (Mahyiddin et al., 2023). Lingkungan sekolah maupun rumah salah satu peran utama dalam membentuk karakter anak ketika lingkungan sekolah ataupun rumah bekerja sama dengan baik akan terciptanya karakter anak yang di harapkan seperti menerapkan hidup bersih sehat dalam aktivitas anak, tumbuh kembang secara cepat anak (Yani & Jazariyah, 2020). Pola hidup bersih sehat dengan holistik integratif memiliki segudang manfaat yang baik pada anak usia dini untuk diterapkan saat disekolah maupun dirumah. Peran guru maupun orang tua perlu memiliki komunikasi yang baik untuk melihat setiap proses tumbuh kembang anak, dan proses cepat tanggap anak (Nurma, 2022). Kemudian saat menerapkan pola hidup bersih sehat dan holistik integratif ketika di rumah orang tua perlu memahami, dan mencontohkan pada anak dengan belajar saat dirumah. Memberikan stimulasi dengan cara orang tua mencontohkan menjaga kebersihan diri, pemberian makanan tambahan yang mengandung nutrisi yang tinggi sehingga baik dalam tumbuh kembang anak, ibu membuat makanan dengan diolah bersih dan ikut andil dalam membentuk karakter anak akan sangat efektif saat masa *golden age* (Dewi & Suryana, 2020).

Asupan nutrisi yang dikonsumsi oleh anak akan sangat berdampak pada tumbuh kembang maka dengan begitu sangat penting bagi ayah ibu dalam makanan seimbang bagi anak saat dirumah maupun membawakan bekal pada anak sekolah. Makanan yang dibuat oleh orang tua untuk disekolah satu antisipasi sehingga anak tidak jajan sembarangan namun anak usia dini menyukai makanan maupun minuman yang berwarna terang sehingga solusi yang tepat yakni orang tua perlu membuat makanan dan minuman semenarik mungkin sehingga anak akan tertarik untuk mencoba (Romadona & Rudiyanto, 2022). Saat ini sudah

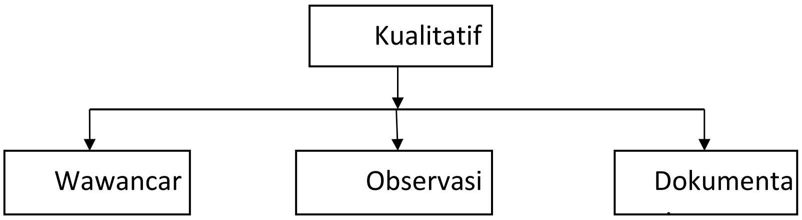
DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

banyak bahan-bahan makanan minuman yang sehat untuk tubuh manusia terlebih anak usia dini sari warna buah-buahan serta sayuran yang sehat sebab terdapat nutrisi agar dapat terkecupi dengan baik. Disini peran kreasi ibu sangat berpengaruh untuk membuat hidangan semenarik mungkin, makanan minuman yang sehat serta memiliki banyak kandungan gizi yang berguna untuk memperkuat imun anak, dan salah satu penunjang tumbuh kembang anak.

Penelitian mengungkapkan jika PHBS telah banyak di Indonesia di tingkat sekolah dasar (Ratna Julianti, 2018). Penelitian tersebut menemukan jika anak usia sekolah dasar membutuhkan petunjuk, dan penerapan yang sesuai dengan PHBS. Seusia anak PAUD terdapat beberapa penelitian yakni; A. Tabi'in (2020), Yayah Huliatunisa, dkk (2020), Euis Kurniati, dkk (2020), dan Khairunnisa, Na'imah (2021) bertujuan melihat sejauh mana pemahaman ayah ibu, dan tata cara penerapan PHBS. Peneliti melakukan riset berbeda dengan riset sebelumnya bertujuan untuk perilaku hidup bersih, sehat layanan holistik integrative maupun metode menggunakan kualitatif jenis deskriptif di TKIT Al-Umm Cirebon

Metodologi

Riset menggunakan metodologi kualitatif. Penelitian kualitatif bertujuan untuk mendeskripsikan dan meringkas berbagai keadaan, situasi, dan kondisi agar dapat diperoleh informasi deskriptif dengan tuturan dan teks yang dapat dijadikan sebagai bahan pengembangan. Tujuan riset ini berguna untuk menjelaskan peristiwa-peristiwa dalam penelitian yang telah di implementasi. Riset ini dilakukan analis perlu mengetahui bagaimana cara mengajarkan tata cara hidup bersih, sehat layanan holistik integratif menyeluruh. Tujuan penelitian kualitatif adalah untuk dapat mendeskripsikan dan memberikan rangkuman tentang keadaan lingkungan sekolah. Temuan lebih peduli dengan signifikansi daripada dengan generalisasi. Gambar 1 merupakan bagan yang memberikan ilustrasi desain penelitian.



Gambar 1. Desain Penelitian

Riset dapat mengamati TKIT Al-Umm Cirebon guna mendapatkan objek riset disebabkan untuk mampu mencermati bagaimana cara pendidik untuk membentuk anak dalam pola hidup bersih, sehat layanan holistik integratif ataupun mampu membiasakan di kehidupan sehari-hari anak. Teknik dalam mengumpulkan data yang dikumpulkan oleh peneliti dengan pengamatan, dokumentasi, dan wawancara. Pengamatan dijalankan dengan melakukan observasi secara langsung pada pokok yang sedang diteliti, dan melakukan pengamatan pada anak didik, guru serta orang tua. Sebelum melakukan wawancara, peneliti mepersiapkan terlebih dahulu seperti bahasa dan nonverbal yang mampu memppengaruhi pada tanya jawab untuk hasil riset. Dokumentasi adalah memperoleh infomrasi lisan dalam bentuk gambar, foto, dan lain-lain.

Hasil dan Pembahasan

Adanya germas memiliki tujuan dalam mensosialisasikan menjaga kebersihan, dan menjaga kesehatan sehingga imun tubuh akan kuat. Selain itu, maka sejalan dengan TKIT Al-Umm Cirebon yang menanamkan menjaga kebersihan dan kesehatan bagi anak dari hal terkecil. Maka dari itu pentingnya lembaga PAUD menyadari akan pentingnya menjaga kesehatan dari diri anak, dan kebersihan. Menjadikan pedoman hidup untuk selalu bersih

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

sebab terdapat dalam hadits yang menyatakan kebersihan sebagian dari iman maka dari itu pentingnya guru membentuk anak sejak dini. Kemudian pihak sekolah menerapkan layanan holistik integratif yang mampu membentuk anak dalam tumbuh kembang dalam pendidikan seperti halnya layanan pendidikan belajar sambil bermain; layanan gizi, kesehatan dan perawatan yakni penting diterapkan dengan mengawasi asupan gizi yang dikonsumsi anak serta dalam perawatan terhindar dari luka; layanan pengasuhan bekerja sama dengan orang tua melakukan program parenting disekolah; layanan perlindungan memastikan anak tidak terkena *bully* atau kekerasan fisik; layanan kesejahteraan yakni identitas, kebutuhan fisik dan rohani anak.

TKIT Al-Umm Cirebon sudah mengikuti arahan yakni pola hidup bersih sehat dari pakaian hingga lingkungan sekolah sudah dibiasakan untuk membawa makanan sehat dari rumah sehingga makanan yang di konsumsi terhindar dari kuman maupun virus. Dalam menerapkan hidup bersih sehat yakni dari pakaian yang dikenakan anak didik, lingkungan sekolah layak untuk anak, makanan bergizi anak yang sehat dan bersih, dan anak selalu mencuci tangan sehingga dapat membetengi diri untuk selalu hidup bersih sehat, dan terhindar dari penyakit. TKIT Al-Umm Cirebon selalu menjaga kebersihan maupun guru yang bertugas untuk mengajar pada anak didik. Selain itu, kebersihan sebagian dari iman yang sudah ada di agama Islam, dan wajib diterapkan oleh muslim, dan muslimah. Selain dari pandangan agama, menjaga kebersihan bagi medis, dan menerapkan setiap melakukan berbagai aktivitas lainnya.

Menjaga kebersihan dari bagian rumah maupun sekolah, setiap ruangan, menjaga kebersihan di anggota tubuh, dan makanan yang terjamin bersih sehingga penyakin maupun kuman akan terhindar. Peran membentuk anak dalam perilaku hidup bersih sehat dengan diberikan stimulasi oleh guru. Guru yakni memberikan stimulasi hidup bersih sehat saat anak sejak dini sehingga akan berdampak baik dalam kehidupan anak saat bertumbuh dewasa, dan akan mengaplikasikan ke dalam kehidupannya sehari-hari.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa guru TKIT Al-Umm Cirebon mengikuti arahan untuk melakukan hidup bersih sehat secara bertahap dalam mendidik anak ataupun membentuk untuk selalu menjaga kebersihan, dan kesehatan secara bersamaan. Jika anak sudah dibekali mampu menjaga kebersihan dan kesehatan sejak dini anak akan mengerti. Ketika kontak mata diajak berbicara, anak yang sehat akan responsif setiap anak diajak bicara untuk menstimulasi dan orang tua perlu mengajak anak aktif berbicara. Nafsu makan baik, akan melahap makanan yang disajikan tanpa ada gangguan, bibir dan lidah tidak kering, pernapasan tidak berbau jika berbau gigi dan mulutnya tidak terawat dengan baik. Buang air besar teratur artinya pencernaan baik, mengkonsumsi makanan sehat, dan bergizi serta pola tidur yang cukup. Keterkaitan akan sangat tepat jika anak diajarkan, dan dilakukan pembiasaan setiap harinya. Guru berpusat pada anak dalam pembelajaran di kelas, sosialisasi anak selama di lingkungan sekolah, belajar melalui bermain saat pembelajaran dilakukan namun guru memberikan metode belajar dengan secara menyenangkan dengan anak sehingga anak belajar di sekolah ceria kemudian cepat menyerap pada otak anak.

Konteks layanan pendidikan ialah dengan cara berorientasi pada perkembangan menyesuaikan dengan kemampuan setiap anak sebab kemampuan yang dimiliki semua anak akan memiliki perbedaan sehingga guru harus mampu mengeluarkan kemampuan yang anak miliki sehingga dapat terekspolarasi, dan di stimulasi guna pencapaian optimal (Syahrul & Nurhafizah, 2021). Pembelajaran aktif sehingga suasana dapat mendorong anak untuk aktif dalam proses belajar mengajar, lingkungan sekolah yang kondusif untuk menarik, menyenangkan, aman untuk anak belajar di sekolah, sarana dan prasarana menunjang (Kusuma & Sutapa, 2021).

Layanan kesehatan ialah guru mengecek tinggi badan, berat badan anak dilakukan sebulan sekali kemudian di catat dalam dokumen kemudian ketika rapat diadakan bersama orang tua guru dapat mengkonsultasikan dengan orang tua jika menemukan keganjalan dalam tinggi badan anak ataupun berat badan anak. Layanan kesehatan dilakukan menjaga

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

kesehatan diri, lingkungan sekolah sehingga anak akan mengerti kemudian dapat menerapkan menjaga kesehatan lingkungan rumah (Ningrum et al., 2023) .

Menjaga kesehatan guru dapat menerapkan mengecek kesehatan fisik anak seperti seragam anak, mengecek kebersihan tubuh anak yakni kebersihan gigi, kebersihan rambut, kebersihan seragam anak, dan kebersihan lingkungan kelas (Trisnawati & Sugito, 2020). Dengan begitu anak akan mengerti pembiasaan yang dilakukan oleh guru sehingga anak akan bertahap dalam melakukan pembiasan dalam kehidupan sehari-hari namun harus diimbangi dengan didikan orang tua yang harus menjaga layanan kesehatan pada anak dengan begitu stimulasi dari guru dengan orang tua cepat menangkap, dan menjadi kebiasaan anak hingga anak tumbuh dewasa.

Layanan gizi di terapkan oleh TKIT Al-Umm Cirebon yakni makanan sehat (PMT) yang diadakan seminggu sekali dengan menghadirkan makanan sehat, dan bergizi. Pembuatan pemberian makanan sehat (PMT) melibatkan ayah ibu untuk proses pembuatan makanan sehat untuk anak di sekolah, makanan sehat dan begizi sangat penting serta utama diberikan pada anak sejak usia dini dapat memberikan sejuta manfaat untuk tumbuh kembang anak. PMT pihak guru TKIT Al-Umm Cirebon menganjurkan para ayah ibu memberikan makanan untuk di konsumsi sewaktu jam istirahat berupa bekal makanan dan minuman sehingga anak tidak jajan sembarangan yang belum tentu kandungan nutrisi baik akan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak.

Komsumsi yang anak makan akan sangat dianjurkan kemudian diberikan nutrisi yang sehat dan bersih maka akan sangat bagus untuk tumbuh kembang anak, dan makanan sehat dan bersih dapat dijadikan stimulasi yang dapat diterapkan oleh guru maupun orang tua dalam memberikan makanan 4 sehat 5 sempurna. Layanan perawatan menenerapkan mengecek suhu tubuh anak ketika mengalami sakit dalam lingkungan sekolah maka guru akan sigap, dan memberikan penolongan pertama ketika anak mengalami luka di tubuh saat berada di lingkungan sekolah. Dalam layanan perawatan yang telah diterapkan oleh TKIT Al-Umm Cirebon menyediakan kebutuhan pertolongan pertama guna untuk menjadi sarana sekolah dalam mengantisipasi ketika sewaktu-waktu dibutuhkan. Selanjutnya, layanan pengasuhan yakni dengan memberikan program parenting pada orang tua sehingga dapat mempelajari pola pengasuhan yang tepat untuk anak sebab kebanyakan pola pengasuhan orang tua hanya terpaku baik menurut orang tua namun kesan nya memaksakan sehingga akan berdampak buruk pada anak maka diadakan program parenting untuk anak yang dilakukan oleh lembaga TKIT Al-Umm Cirebon mengadakan program parenting untuk orang tua, melakukan konsultasi, dan melibatkan ibu dalam acara parenting ataupun mengadakan makan sehat disekolah. Perlindungan menjadi bagian misi lembaga yakni semua anak didik harus terlindungi dari marabahaya di sekolah.

TKIT Al-Umm Cirebon memiliki anak didik yang mengalami berkebutuhan khsuus seperti *speech delay* sehingga guru membutuhan tenaga lebih, dan waktu tambahan untuk memberikan pembelajaran maupun stimulasi yang diberikan pada anak berkebutuhan khusus di jam istirahat. Namun dengan adanya anak berkebutuhan kuhusus di sekolah yang mayoritas anak normal tidak menjadi hambatan untuk anak bersekolah di sekolah umum yang dapat diartikan PAUD Inklusi. Dengan adanya anak berkebutuhan khusus di tengan anak normal lainnya para guru tidak membedakan anak ataupun anak emaskan salah satu anak, dan guru memberikan sama rata pada semua anak didik.

Kendala yang dialami untuk anak berkebutuhan khusus kesulitan dalam penerima penjelasan mengajarkan anak mengikuti seminar mengenai anak berkebutuhan khusus, selalu berkonsultasi dengan dokter yang bidang mengenai anak berkebutuhan khusus guna guru memberikan langkah pengajaran, dan stimulasi tepat untuk anak berkebutuhan khusus (Oktaviani, 2021). Pemberian stimulasi dan rangsangan penting dan dianjurkan untuk terus dilatih oleh guru maupun ayah ibu sehingga hasil stimulasi secara optimal berhasil, kerja sama yang baik antar ayah ibu dengan guru berpengaruh agar terus dilakukan secara rutin (Na’imah, Wiresti, 2020).

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

Ayah ibu untuk menerapkan pembiasaan kehidupan sehari anak-anak. Perilaku menggambarkan kepribadian seseorang maka dari itu sangat penting memberikan perilaku yang baik pada anak dalam membentuk kepribadian anak berdampak pada faktor pembiasaan dalam menerapkan kemudian anak melihat, dan menirukan pembiasaan yang diterapkan ayah ibu selama di rumah sehingga menjadi contoh untuk anak untuk dapat dicontoh (Maryati et al., 2023). Anak usia dini merupakan masa sensitif untuk menerima pengaruh lingkungan peluang terbaik dalam tahapan usia ketika di sekolah pendidik dengan orang tua yang memberikan dampak pendidikan dibentuk melalui kebiasaan yang informal artinya tindakan yang dilakukan di bawah isyarat orang dewasa ditujukkan (Nurma, 2022). Kemudian bisa diikuti seperti berdo'a bersama, menjaga kebersihan, dan membiasakan anak untuk meminta tolong, berterima kasih, dan meminta maaf (Wulan & Watini, 2023).

Menerapkan kemudian membiasakan pola hidup, dan makanan sehat akan berdampak pada kesehatan manusia, dan dapat membiasakan sepanjang waktu sangat bermanfat untuk menjaga kesehatan anak. Dapat berupaya untuk menciptakan kondisi lingkungan yang sehat memerlukan langkah-langkah konkrit untuk mencapai tujuan perilaku hidupbersih sehat dimulai sejak usia dini. Menerapkan PHBS melalui sekolah adalah hal terpenting karena anak generasi penerus bangsa maka kesehatan anak mengacu pada tahap tumbuh kembang sehingga anak memperoleh perkembangan kebiasaan hidup bersih sehat melalui didikan pendidik dan didikan dari ayah ibu (Tabi'in, 2020). Orang tua dengan pendidik menerapakan baik untuk PHBS pada anak sejak usia dini agar optimal dalam menerima stimulasi, dan membiasakan dalam kehidupan sehari-hari (Ulfadhilah, Khairunnisa, 2021).

Memberikan penanaman PHBS pada anak dapat dicontohkan terlebih dahulu oleh ayah ibu ketika dirumah, melakukan pembiasan pada anak sehingga anak mempunyai contoh yang baik. Menetapkan gaya hidup sehat lebih mudah untuk menerapkan hidup sehat maka dari itu ayah ibu mempunyai tugas untuk menanamkan PHBS pada anak sejak dini teapi juga tugas sekolah. Sekolah dengan ayah ibu harus bekerja sama untuk menerapkan anak dalam PHBS sehingga anak akan lebih mudah menyerap pembiasaan sebab diberikan contoh saat anak bersekolah maupun di rumah (Huliatunisa et al., 2020). Oleh karena itu, ayah ibu berperan lebih besar dalam membentuk PHBS dikarenakan anak menghabiskan waktu dengan ayah ibu di rumah maka dari itu perlu dipergunakan sebaik mungkin untuk menanamkan serta mencontohkan pada anak.

Ayah ibu adalah pendidik pertama untuk anak dibiasakan dalam aktivitas ataupun kegiatan sehari-hari untuk selalu menjaga kebersihan, dan menjaga kesehatan seperti mengganti pakaian jika sudah kotor, makan maupun minum dengan bersih yang selalu di tutup agar terhindari debu yang akan mengakibatkan imun anak akan menurun. Anak dididik untuk selalu mengkonsumsi yang sehat, dan bergizi sebab salah satu faktor untuk menstimulasi otak anak dalam masa keemasan yang dimiliki. PHBS ialah gaya hidup sehat untuk menjaga kesehatan pribadi, istirahat yang cukup, olahraga secara teratur, membiasakan menjaga kebersihan, dan konsumsi makanan maupun minuman yang sehat guna menjaga imun. Metabolisme anak untuk kuat diberikan asupan nutrisi yang cukup, terjaga kebersihan sehingga akan mempengaruhi keaktifan anak dalam kegiatan sehari-hari saat dirumah maupun disekolah.

Simpulan

Hidup bersih dan sehat faktor utama menerapkan saat anak usia dini dalam sandang, pangan agar terhindar dari penyakit, dan imun anak kuat. Peran ibu penting untuk membawakan bekal untuk anak saat sekolah untuk meminimalisir anak jajan sembarangan saat disekolah yang mana saat ini jajanan disekolah banyak mengandung pngawet bahkan msg yang berlebihan jika terus dikonsumsi oleh anak akan berakibat pada kesehatan anak. Selain itu, jajanan disekolah tidak ditutupi sempurna maka debu akan mudah menempel pada makanan dan minuman maka pentingnya membawa bekal untuk anak, dan ibu berkreaksi

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

membuat makanan dan minuman yang menarik dengan warna yang cerah dari sari warna buah-buahan serta sayuran. Mengurangi makanan cepat saji sebab banyak mengandung msg yang tidak dianjurkan untuk anak jika terus dikonsumsi secara rutin, makanan cepat saji salah satu makanan yang digemari oleh anak maka penting ibu menyiapkan makanan yang tak kalah lezat dan banyak nutrisi untuk mengoptimalkan tumbuh kembang. Layanan holistik integratif penting diterapkan pada lembaga pendidikan formal di TKIT Al-Umm Cirebon sudah menerapkan serta memiliki banyak keuntungan.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti ucapkan terimakasih pada TKIT Al-Umm Cirebon sudah memberikan kesempatan untuk bersedia membantu penulis.

Daftar Pustaka

Abdullah, A., Rahman, H. F., Warliah, W., Qomariah, N., & Sutriyani, S. (2022). PHBS (Clean and Healthy Living Habits) As Covid 19 Prevention Education for Early Childhood. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(4), 3560–3569. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2075

Afrinis, N., Indrawati, I., & Farizah, N. (2020). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Karies Gigi Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 763. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.668

Amini, N., & Suyadi, S. (2020). Media Kartu Kata Bergambar Dalam Meningkatkan Kemampuan Kosakata Anak Usia Dini. P*AUDIA : Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 119-129. https://doi.org/10.26877/paudia.v9i2.6702

Astutiek, D. (2023). *Model Pemberdayaan Wali Murid melalui Buku Pendampingan PAUD untuk Optimalisasi Usia Emas*. *7*(3), 2671–2684. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4455

Dewi, I., & Suryana, D. (2020). Analisis Evaluasi Kinerja Pendidik Pendidikan Anak Usia Dini di PAUD Al Azhar Bukittinggi. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(2), 1051. https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.465

Huliatunisa, Y., Alfath, M. D., & Hendiati, D. (2020). Cuci Tangan Bersih Menggunakan Sabun. *Jurnal Pasca Dharma Pengabdian Masyarakat*, *1*(2). https://doi.org/10.17509/jpdpm.v1i2.24027

Jannah, D. F., & Setiawan, R. (2022). Evaluasi Implementasi Program PAUD Holistik Integratif. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(6), 7163–7172. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2970

Khairunnisa Ulfadhilah, M. U. (2021). *Implementasi Layanan Kesehatan , Gizi , dan Perawatan dalam Menanamkan Disiplin Hidup Sehat*. *9*(1). https://doi.org/10.21043/thufula.v9i1.10288

Kusuma, W. S., & Sutapa, P. (2021). Dampak Pembelajaran Daring terhadap Perilaku Sosial Emosional Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(2), 1635–1643. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.940

Mahyiddin, Z., Faudhiah, N., & Fauzia, S. N. (2023). *Pendidikan Makan di PAUD Intan Payong*. *7*(3), 2829–2838. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4260

Maryati, I., Annisa, N., & Amira, I. (2023). *Faktor Dominan terhadap Kejadian Stunting Balita*. *7*(3), 2695–2707. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4419

Na'imah, Wiresti, R. D. (2020). *Aulad : Journal on Early Childhood Aspek Perkembangan Anak : Urgensitas Ditinjau dalam Paradigma Psikologi Perkembangan Anak*. *3*(1), 36–43. https://doi.org/10.31004/aulad.v3i1.53

Ningrum, M. A., Hasibuan, R., Mas'udah, M., & Fitri, R. (2023). PAUD Holistik Integratif Berdimensi Profil Pelajar Pancasila. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(1), 563–574. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3730

Nurma, Purnama, S. (2022). Penanaman Nilai Agama Dan Moral Pada Anak Usia Dini. Ya

DOI: 10.31004/obsesi.v7i3.4413

Bunayya: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(1), 53–62. https://jurnal.umj.ac.id/index.php/YaaBunayya/article/view/11531

Ode, W., Astarin, S., & Formen, A. (2023). *Kapasitas Pendidik dalam Program Layanan PAUD HI ditinjau dari Pengalaman Mengajar dan Pengembangan Diri*. *7*(2), 2094–2108. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.4176

Oktaviani, D. A. (2021). *Penerapan PAUD Holistik Integratif pada Masa*. *5*(2), 1870–1882. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.995

Paramashanti, B. A., & Benita, S. (2020). Early introduction of complementary food and childhood stunting were linked among children aged 6-23 months. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, *17*(1), 1. https://doi.org/10.22146/ijcn.53788

Rahayu, A. K., & Setiasih, O. (2022). Strategi Orang Tua dalam Membiasakan PHBS Anak Usia Dini saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(5), 4118–4127. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2115

Ratna Julianti, W. (2018). Pelaksanaan PHBS Di Lingkungan Sekolah. *Ilmiah Potensia*, *3*(2), 11–17. https://ejournal.unib.ac.id/index.php/potensia/article/view/2960

Romadona, N. F., & Rudiyanto, R. (2022). Pembelajaran Kesehatan dan Gizi bagi Guru Taman Kanak-Kanak: Sebuah Penelitian Gabungan. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(6), 6417–6428. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3314

Santoso, M. B., Nurwati, N., Humaedi, S., & Irfan, M. (2021). Parenting Training Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19 Bagi Kader Posyandu Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *7*(3), 561. https://doi.org/10.24198/jppm.v7i3.32149

Syahrul, S., & Nurhafizah, N. (2021). Analisis Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini Dimasa Pandemi Corona Virus 19. *Jurnal Basicedu*, *5*(2), 683–696. https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.792

Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(Phbs) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, *6*(1), 58. https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620

Trisnawati, W., & Sugito, S. (2020). Pendidikan Anak dalam Keluarga Era Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 823–831. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.710

Ulfadhilah, Khairunnisa, N. (2021). *Aulad : Journal on Early Childhood Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini Era Pandemi Covid-19*. *4*(3), 151–159. https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.101

Ulfadhilah, K., & Munastiwi, E. (2021). Parenting Program to Develop Social and Emotional Ability of Children with Special Needs During the Covid-19 Pandemic. *8*(1), 33–40. http://journal2.um.ac.id/index.php/jppplb/article/view/21345

Ulfah, M. (2020). Pendekatan Holistik Integratif Berbasis Penguatan Keluarga pada Pendidikan Anak Usia Dini Full Day. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* *4*(1), 10–19. https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.255

Utami, F., & Prasetyo, I. (2021). *Pengasuhan Keluarga terhadap Perkembangan Karakter Disiplin Anak Usia Dini*. *5*(2), 1777–1786. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.985

Wulan, W. M., & Watini, S. (2023). *Implementasi Model ASYIK dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus di KB Inklusi*. *7*(1), 323–335. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3107

Yani, A., & Jazariyah, J. (2020). Penyelenggaraan PAUD Berbasis Karakter Kebhinekaan sebagai Upaya Pencegahan Radikalisme Sejak Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 1. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.503